





RAZMATRANJE (MEDITACIJA)



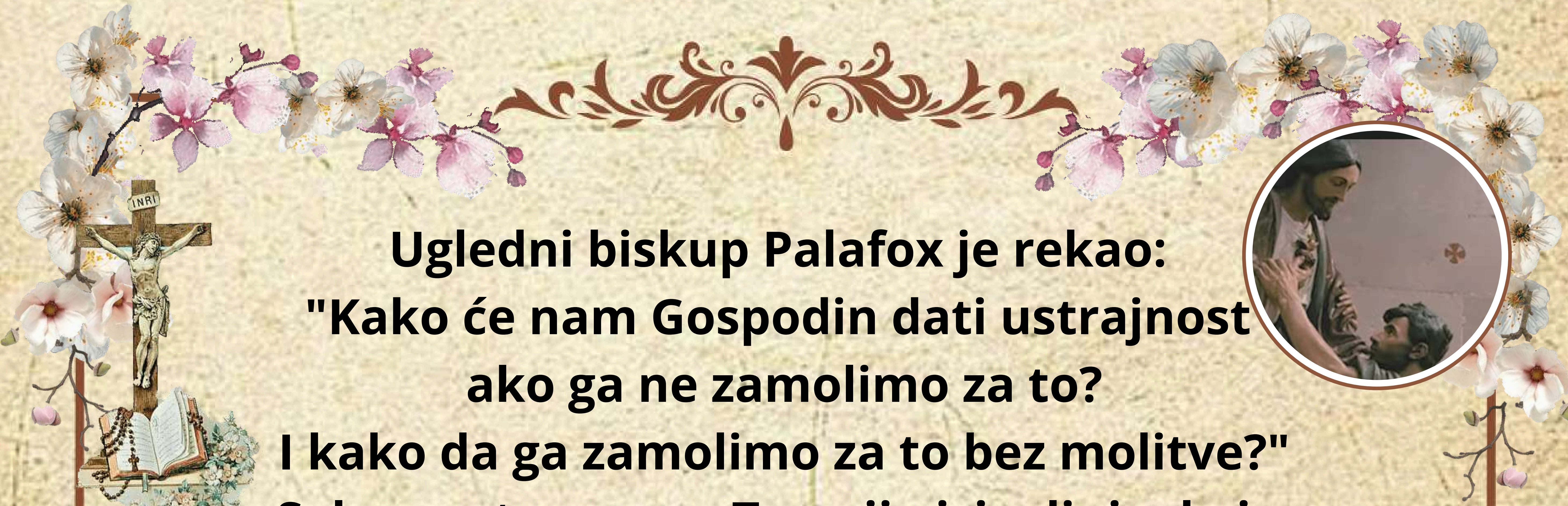




O MEDITACIJI (RAZMATRANJU)

Sv. Alfons Maria Liguori savjetuje:

Vodite računa da meditacija od POLA SATA bude što prije u toku dana, jer iako meditacija nije apsolutno neophodna, ona je moralno neophodna, kako bi se dobila MILOST USTRAJNOSTI. Oni koji je zanemaruju imat će velike poteškoće da ustraju u Božjoj milosti. Razlozi za to su dvojaki: prvi je, jer se VJEČNE ISTINE ne mogu vidjeti tjelesnim očima i njih ne opaža onaj tko ne razmatra. Zbog nedostatka tog opažanja teško će doći do odgovarajućeg vrednovanja VAŽNOSTI SPASENJA, sredstava koja ga osiguravaju i prepreka koje ga ometaju; tako da će njegovo spasenje biti dovedeno u neposrednu opasnost. Drugi razlog je taj što će duša koja ne prakticira meditaciju također NAZADOVATI u prakticiranju molitve. Dakle, molitva je neophodna, ne samo kao zapovijed, već kao sredstvo za obdržavanje zapovijedi, budući da, kao opće pravilo, a govoreći o odraslima, BOG DAJE SVOJU MILOST SAMO ONIMA KOJI JE TRAŽE. Ali bez meditacije osoba ima vrlo slabu predodžbu o vlastitim duhovnim željama, i štoviše, malo uviđa NUŽNOST MOLITVE kako bi prevladala kušnje i spasila svoju dušu: tako je ta osoba navedena da moli samo MALO ili NIMALO, i zbog nedostatka molitve na kraju je IZGUBLJENA.







Ugledni biskup Palafox je rekao:
"Kako će nam Gospodin dati ustrajnost
ako ga ne zamolimo za to?
I kako da ga zamolimo za to bez molitve?"
S druge strane, sv. Terezija izjavljuje da je
TEŠKO MOGUĆE DA ČOVJEK KOJI MOLI DUGO OSTANE
U GRIJEHU - ili će ostaviti molitvu ili će ostaviti grijeh.
Molitva i grijeh su nespojivi.

S obzirom na provedbu meditacija ima tri dijela:
*pripremu, *razmatranje ili meditaciju *i zaključak.

I. PRIPREMA podrazumijeva tri radnje:
1. Čin vjere: Posvijestiti Božju prisutnost.
(Moj Bože, vjerujem da si tu...)
2. Čin poniznosti: Posvijestiti da sam pred Bogom maleno
i grešno stvorenje koje zavređuje kaznu.
3. Tražiti od Boga svjetlo, da bi razmatranje imalo ploda.

II. RAZMATRANJE: Čitati tekst za meditaciju
(barem povremeno o Muci Isusovoj), **zaustaviti se na dijelovima koji su nas se dojmili.** Meditacija je vrijedna i kad ništa ne osjećamo (duhovna suhoća), a **smjera k tomu da u nama proizvede dobre POTICAJE** na poniznost, ljubav, prikazivanje, odricanje i sl., MOLITVU Bogu da nas očuva u ustrajnosti, ODLUKU da izbjegavamo neki određeni grijeh i da prakticiramo neku određenu krepost.

III. ZAKLJUČAK: Meditaciju završavamo molitvom **ZAHVALE** Bogu za svjetlo koje nam je dao, **napravimo neku ODLUKU i tražimo od Boga milost da odluku IZVRŠIMO.**

MOLITVA
ZA SABRANOST

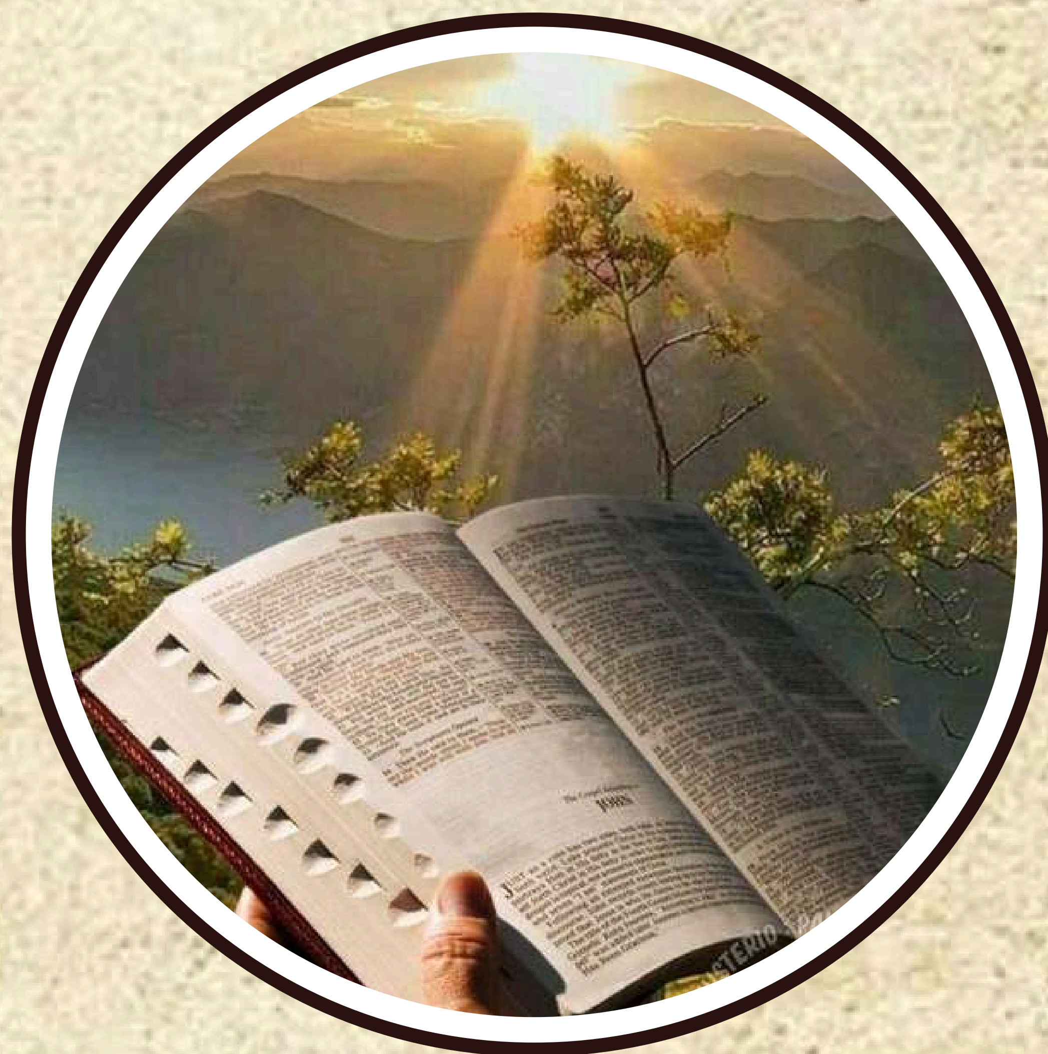
Sv. Tereza Avilska

Gospodine,
daj mi milost da se saberem
u malom nebu svoje duše,
tamo gdje si Ti želio svoj dom.
Tamo mi dopuštaš da Te nađem
i tamo osjećam da si mi blizu,
bliži nego igdje drugo,
Tamo pripremaš moju dušu
da uđe u zajedništvo s Tobom.
Pomozi mi, Gospodine,
da odvratim svoja osjetila od vanjskih stvari,
učini ih pokornima zapovijedi moje volje,
tako da kad želim razgovarati s Tobom,
neka se smjesta povuku
poput pčela
koje se zatvaraju u košnicu
da bi pravile med.

(Molitva za sabranost
je iz 26.poglavlja
Terezijine knjige
Put k savršenosti)

M. G.

MOLITVA PRIJE RAZMATRANJA

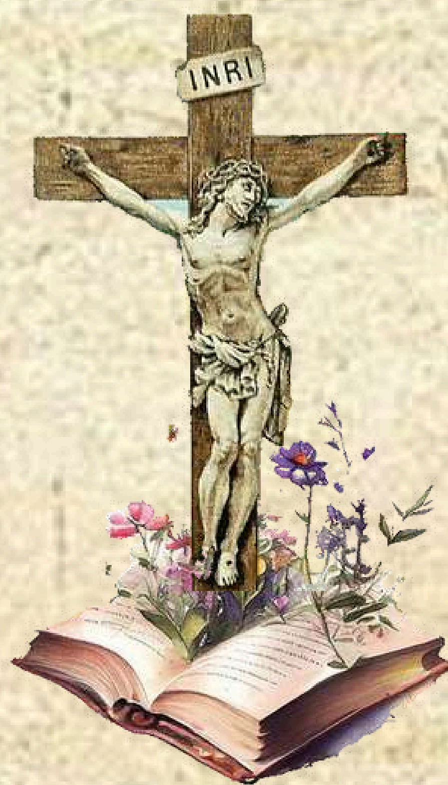


**Moj Bože,
čvrsto vjerujem da si ovdje,
da me vidiš i da me čuješ.
Klanjam Ti se s dubokim poštovanjem.
Molim te da mi oprostiš
moje grijehe
i da učiniš ovo vrijeme
razmatranja plodonosnim.**

**Sveta Bogorodice, moja majko
moli za mene, zajedno sa svetim Josipom,
tvojim i našim zaštitnikom.
Moli za mene i ti anđele čuvaru,
vjerni moj pratitelju.
Isprosite mi od Boga potrebne milosti
da živim u Njegovoj
svetoj volji.
Amen.**

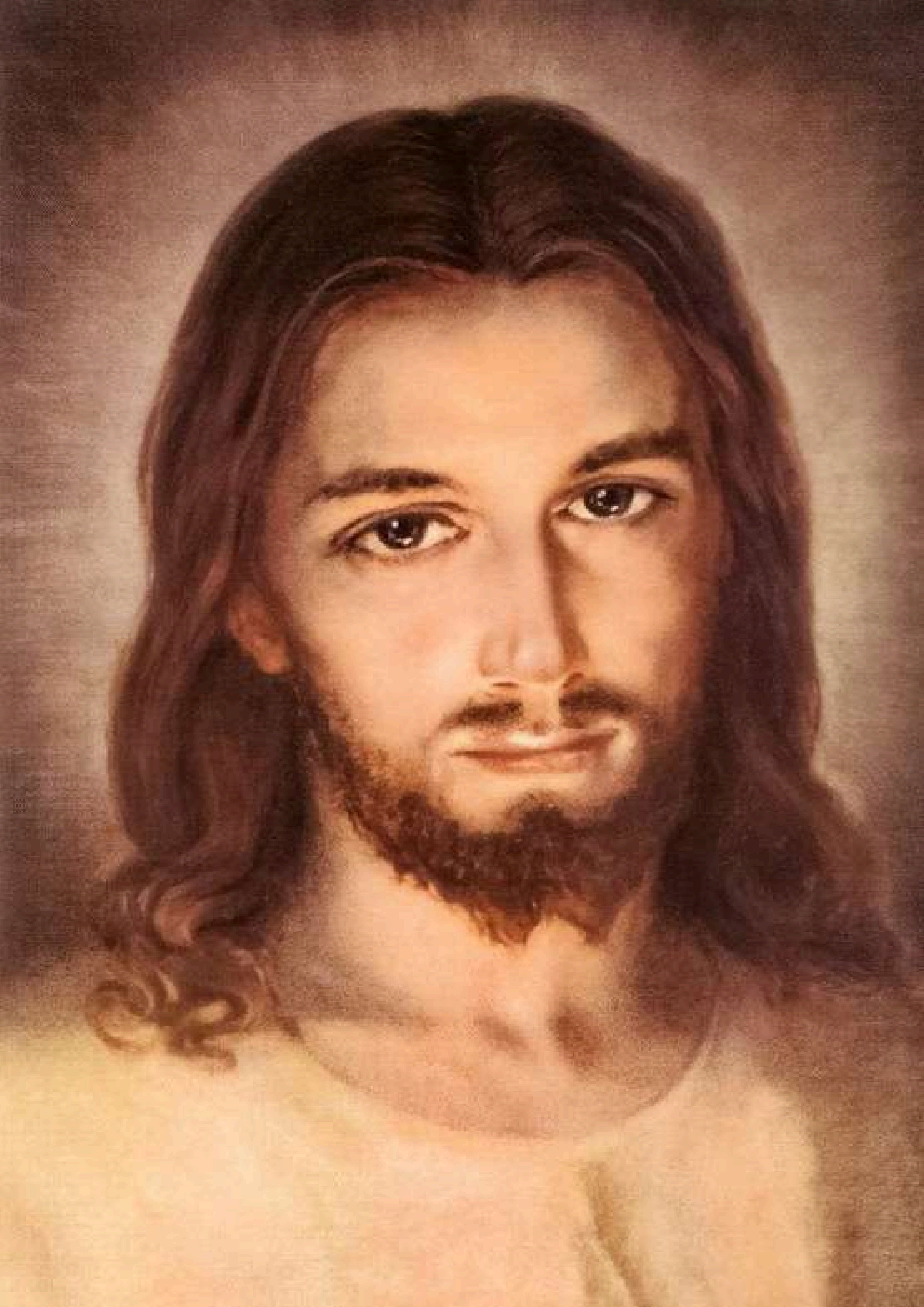
M. G.

MOLITVA POSLIJE RAZMATRANJA



Dobri Oče, Izvore svakoga dobra,
zahvaljujem Ti za Tvoju Riječ, za Evanđelje,
za Isusa kojeg si na zemlju poslao,
da bude naše svijetlo, naša hrana,
naš Put, Istina i Život.
Daj da Tvoja Riječ
u mom životu rađa plodom.
Učini da i ja mogu u svojoj svakodnevnici
biti vjerni svjedok Tvoga Evanđelja,
riječima i primjerom,
nikada ne izdajući Isusa, Tvoga Sina, moga Boga,
koji je i za me živio, trpio i krv svoju prolio.
Marijo, Majko Isusova, koja si svete događaje
brižno pohranjivala u svom srcu,
pomozi i meni da Božju Riječ
svakog dana sve više volim
i sve više živim.
U skladu sa Riječju Božjom pomozi mi
da sprovedem u djelo ovu odluku
(...)

M. G.



ČETVRT SATA PRED PRESVETIM

Poticaji sv. Antuna Marije Clareta

Ne trebaš mnogo toga znati da mi se svidiš, dovoljno je da me voliš. Razgovaraj sa mnom jednostavno, kao da razgovaraš s najboljim prijateljem. Želiš li me za nekoga nešto zamoliti? Reci mi ime i kaži što želiš da sada za njega učinim. Traži mnogo toga! Ne ustručavaj se moliti! Govori mi jednostavno i iskreno o siromašnima koje želiš utješiti, o bolesnima čije patnje gledaš, o zabludjelima koje žudiš vratiti na pravi put. Za svakoga od njih reci mi bar jednu riječ. Što je s tobom, zar ne trebaš i za sebe kakvu milost? Reci mi otvoreno da si možda ohol, sebičan, prevrtljiv, neuredan... i onda me zamoli da ti pomognem u tvojim malim ili velikim naporima koje činiš da se toga oslobodiš. Nemoj se stidjeti! Mnogi su pravednici, mnogi sveci na nebu imali iste mane kao i ti. Ali oni su ponizno molili... i malo po malo su ih se oslobađali. Nemoj se ustručavati zamoliti me i za zdravlje, za uspjeh u svome radu, poslovima ili učenju. Sve ti mogu i hoću dati. Želim da me moliš za sve ono što ne priječi tvoje posvećenje, nego ga potiče i olakšava.

Reci mi što ti je baš danas potrebno?
Što da ti učinim? Kad bi samo znao
koliko ti žarko želim pomoći!
Imaš li kakvu osobitu potrebu?
Povjeri mi ju! Što te zaokuplja?

M. G.

O čemu razmišljaš? Što želiš?
Što mogu učiniti za tvoju obitelj, tvoga brata, sestru, tvoga muža, ženu, tvoga sina, tvoju kćer, tvoje prijatelje, tvoje pretpostavljene...
Što ti za njih želiš učiniti? A što želiš da ja za njih učinim? Zar ne želiš da se ja proslavim?
Ne bi li želio učiniti neko dobro svojim prijateljima koje jako voliš, a koji možda žive i ne misleći na mene!
Reci mi što te danas posebno zaokuplja.
Što najviše želiš? Kojim bi to sredstvima ostvario?
Reci mi ako ti nešto ne uspijeva
i ja ću ti pokazati što je tomu razlog.
Zar ne želiš da budem potpuno tvoj?
Osjećaš li se možda tužno ili bezvoljno?
Ispričaj mi sve pojedinosti! Što te rastužilo?
Tko te je povrijedio? Tko je povrijedio tvoje dostojanstvo? Tko te je prezreo?
Povjeri mi sve i uskoro ćeš mi moći reći da si potaknut mojim primjerom sve oprostio i zaboravio.
Kao nagradu utješit ću te svojim blagoslovom.
Bojiš li se možda? Osjećaš li neku tjeskobu koja je neopravdana, ali ti ne prestaje razdirati srce?
Baci se u naručje moje providnosti Ja sam s tobom, tu kraj tebe. Ja sve vidim, sve čujem i ni trenutka te neću ostaviti u nevolji. Osjećaš li odbojnost prema ljudima koji su te voljeli, ali su se od tebe udaljili i zaboravili te bez ikakvog razloga?
Moli se za njih i ja u ti ih vratiti ako nisu prepreka tvome posvećenju.

M. G.

Zar mi nemaš reći i nešto lijepo?
Zašto mi ne dopuštaš da se s tobom radujem?
Pa ja sam ti uistinu prijatelj. Ispričaj mi što te je jako utješilo i razveselilo nakon našeg posljednjega susreta! Vjerojatno si doživio neko ugodno iznenađenje, čuo dobru vijest, primio riječi koje su te razveselile, doživio znak pažnje. Možda si savladao neku poteškoću, izišao iz bezizlazne situacije. Sve je to moje djelo. Jednostavno mi reci: *"Oče moj, hvala ti!"*
Zar mi nećeš ništa obećati? Ja vidim dubine tvoga srca. Ljude se može prevariti, ali Boga ne! Zato budi posve iskren! Jesi li čvrsto odlučio da se više nećeš izlagati onoj zavodljivoj prigodi za grijeh, da više nećeš gledati i čitati ono što nadražuje tvoju maštu, da se više nećeš družiti s onim ljudima koji unose nemir u tvoju dušu?
Hoćeš li opet biti blag, ljubazan i uslužan prema onom bližnjemu kojega si do danas smatrao svojim neprijateljem jer se ogriješio o tebe?
Dobro. A sada se vrati svojim svakodnevnim obvezama, svojemu poslu, svojoj obitelji, učenju.
Ali ne zaboravi četvrt sata koje smo ovdje zajedno proveli. Sačuvaj koliko možeš šutnju, unutarnju sabranost, skromnost i ljubav prema bližnjima.
Ljubi moju Majku koja je i tvoja Majka!
Dođi mi ponovo sa srcem još ispunjenijim ljubavlju i još predanijim mojemu Duhu.
Tada ćeš svakoga dana u mome srcu nalaziti novu ljubav, novu dobrostivost i novu utjehu.

M. G.

